

**HUBUNGAN ANTARA KERENDAHAN HATI DAN
KUALITAS PERSAHABATAN DENGAN PEMAAFAN
PADA REMAJA PUTRI**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Oleh:

**Andreas Gunawan Setiawan
1631080007**

**PRODI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H/2020**

**HUBUNGAN ANTARA KERENDAHAN HATI DAN KUALITAS
PERSAHABATAN DENGAN PEMAAFAN
PADA REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Raden Intan Lampung

Oleh:
Andreas Gunawan Setiawan
1631080007

Program Studi: Psikologi Islam

Pembimbing 1: Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag.

Pembimbing 2: Khoiriya Ulfa, MA.

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H/2020 M**

ABSTRAK

**HUBUNGAN ANTARA KERENDAHAN HATI DAN KUALITAS
PERSAHABATAN DENGAN PEMAAFAN
PADA REMAJA PUTRI**

Oleh:

**Andreas Gunawan Setiawan
1631080007**

Pada masa remaja individu dicirikan sebagai seseorang yang sedang mencari identitas dirinya, sehingga hubungan yang dijalani tidak hanya terkait dengan orang tua ataupun keluarganya saja melainkan dengan lingkungan dan teman sebayanya. Dalam hubungan pertemanan tidak terlepas dari yang namanya konflik. Konflik antar teman sebaya atau disebut *peer conflict* sering terjadi pada hubungan pertemanan. Maka dibutuhkan suatu strategi *emotion focused coping* seperti pemaafan yang merupakan serangkaian proses merubah perasaan negatif atau kurang menyenangkan akibat perbuatan, peristiwa dan situasi yang dialaminya menjadi sebuah perasaan positif dengan melakukan penerimaan. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu ada hubungan antara kerendahan hati dan kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri.

Responden dalam penelitian ini adalah 40 mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2016-2019, jenis kelamin perempuan dan rentang usia 18-21 tahun dengan teknik *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi yaitu skala kerendahan hati, skala kualitas persahabatan dan skala pemaafan. Skala kerendahan hati berjumlah 15 aitem ($\alpha = 0.763$), skala kualitas persahabatan berjumlah 27 aitem ($\alpha = 0.875$) dan skala pemaafan berjumlah 29 aitem ($\alpha = 0.945$). Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis regresi berganda yang dibantu dengan SPSS 21.0 for windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kerendahan hati dan kualitas persahabatan dengan pemaafan ($r = 0.720$ dan $P = 0.000$ yang berarti <0.05) dengan kontribusi variabel kerendahan hati dan kualitas persahabatan pada pemaafan sebesar 51.9% sehingga 48.1% dipengaruhi oleh variabel di luar penelitian ini. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kerendahan hati dan kualitas persahabatan maka semakin tinggi pula pemaafan pada remaja putri.

Kata kunci: *kerendahan hati; kualitas persahabatan; pemaafan*



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kerendahan Hati dan Kualitas
Persahabatan Dengan Pemaafan Pada Remaja Putri

Nama : Andreas Gunawan Setiawan

NPM : 1631080007

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqasyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. H. M. Afif Anshori, M. Ag.
NIP. 196003131989031004

Pembimbing II

Khoiriva Ulfah, MA
NIP. 19854102019032011

**Mengetahui
Ketua Prodi Psikologi Islam**

Abdul Qohar, M.Si
NIP. 197103122005011005



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat: jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarama Bandar Lampung Telp (0721)703531, 780421

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **Hubungan Antara Kerendahan Hati dan Kualitas Persahabatan Dengan Pemaafan Pada Remaja Putri** disusun oleh **Andreas Gunawan Setiawan**. NPM: 1631080007. Program studi: **Psikologi Islam**. Fakultas: **Ushuluddin dan Studi Agama**. Telah dimunaqasyahkan pada hari/tanggal: **Selasa, 27 Oktober 2020**

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang	: Abd. Qohar, M.Si	(.....)
Sekretaris Sidang	: Annisa Fitriani, S.Psi., MA	(.....)
Penguji Utama	: Ahmad Irvan Muzni, M.Psi	(.....)
Penguji Pendamping I	: Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag	(.....)
Penguji Pendamping II	: Khoiriya Ulfa, MA	(.....)

DEKAN

Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama

Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag
NIP. 196003131989031004

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut:

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	‘ (Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

2. Vokal

Vokal Pendek	Contoh	Vokal Panjang	Contoh	Vokal Rangkap
َ	A	ا	آ	آي... Ai
ِ	I	ي	إ	أو... Au
ُ	U	و	ؤ	

3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata: Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

4. Syaddah dan Kata Sandang

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata: Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang "al", baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya: al-Markaz, al-Syamsu.

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Andreas Gunawan Setiawan

NIM : 1631080007

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kerendahan Hati dan Kualitas Persahabatan Dengan Pemaafan Pada Remaja Putri” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, Oktober 2020

Yang Menyatakan,

Andreas Gunawan Setiawan
Nim. 1631080007

MOTTO

قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِّنْ صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَا أَذًى وَاللَّهُ غَنِيٌّ حَلِيمٌ

“Perkataan yang baik dan pemberi maaf, lebih baik dari sedekah yang diiringi dengan tindakan yang menyakiti (perasaan penerima). Allah Maha Kaya lagi Maha Penyantun”

(Q. S. Al Baqarah: 263)

PERSEMBAHAN

Yang Utama Dari Segalanya, sembah sujud serta syukur kepada Allah S.W.T. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan, akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselsaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kehariban Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur kuucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena telah menghadirkan orang-orang yang sangat berarti di sekeliling saya. Yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi ini dapat diselsaikan dengan baik. Karya yang sederhana ini, saya persembahkan teruntuk:

Ayahanda Anton Gunawan dan Ibunda Sulastr

Kedua orangtua yang sangat saya cintai, Saya persembahkan karya kecil ini untuk kalian yang menghadirkanku ke dunia ini yang senantiasa memberikan nasehat dan dukungan demi kesuksesan dan selalu berdo'a demi keberhasilanku.

Untuk Alm. Kakakku Willy Gunawan Pratama

yang telah menjagaku semasa aku kecil hingga dewasa dan menjadi inspirasiku dalam menempuh kehidupan ini.

Kedua adikku Dicky Gunawan Destriandy dan Karina Gunawan Theresia

yang sangat saya sayangi, terimakasih atas dukungan serta keceriaan yang telah kalian hadirkan.

RIWAYAT HIDUP

Nama peneliti adalah Andreas Gunawan Setiawan, dilahirkan di Way Hui pada tanggal 21 Juni 1997. Peneliti merupakan anak kedua laki-laki dari pasangan Suami-Istri Anton Gunawan dan Sulastri. Alamat tempat tinggal Dsn. Jati Mekar, RT/RW: 008/004, Kec. Bandar Mataram, Kab. Lampung Tengah. Berikut riwayat pendidikan peneliti:

1. SD Negeri 2 Jati Datar Mataram, Lulus pada tahun 2008
2. SMP IT Al-Kautsar Bandar Mataram, Lulus pada tahun 2011
3. SMA PGRI Seputih Mataram, Lulus pada tahun 2014

Pada tahun 2016 peneliti terdaftar sebagai mahasiswa pada Program Studi S1 Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirohim

Alhamdulillahirobbil Alamin, Puji syukur peneliti ucapkan kepada kehadiran Allah S.W.T, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung
3. Bapak Abdul Qohar, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
4. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi., MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
5. Bapak Prof. Dr. H. A. Fauzie Nurdin, M. S. selaku pembimbing akademik peneliti yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan

arahan dalam permasalahan perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir.

6. Bapak Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu serta untuk mendampingi peneliti dalam memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
7. Ibu Khoiriya Ulfa, MA selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi peneliti, memberikan motivasi, nasehat dan memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
9. Mba Anggi dan Mba Eka Septarianda, S.Psi. selaku kakak tingkat yang memberi saran dan masukan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
10. Sahabatku Diki Firnando dan Beni Julianto, terimakasih telah menemani penulis dalam keadaan suka maupun duka.
11. Untuk Dian R. S.Psi., Siti H. S.Psi., Ravinda A. S.Psi, Dinda P. M. S.Psi., yang telah membantu dan memberi saran kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

12. Terkhusus Ayu dan Putri Nuzul, Terimakasih karena telah menemani peneliti dalam keadaan suka dan duka semasa kuliah dan menjadi teman yang mengerti satu sama lain.
 13. Teruntuk Reza, Nur Afifah, Riska, dll. Teman suka maupun duka dalam satu kelas psikologi A16. Terimakasih telah memberikan dukungan serta pengalaman yang tak terlupakan.
 14. Teman-teman Psikologi Islam angkatan 2016 terimakasih atas kebersamaan selama penulis menempuh perkuliahan dan semoga kebersamaan ini terus berlanjut hingga akhir hayat. Aamiin
 15. Dan teruntuk Alvida Zulfani, Beni Firmansyah, Ma'sud Fandika, yang telah membantu peneliti dalam mengurus administrasi. Terimakasih atas jasa kalian yang sangat berharga, semoga Allah memberikan kemudahan bagi kalian.
 16. Kemudian semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi.
- Peneliti berharap kepada Allah S.W.T semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasan akan menjadi pahala dana amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah S.W.T. Aamiin.

Bandar Lampung, Oktober 2020

Andreas Gunawan Setiawan
Nim. 1631080007

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN TRANSLITERASI.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
RIWAYAT HIDUP.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Pemaafan.....	15
B. Kerendahan Hati.....	31
C. Kualitas Persahabatan.....	35
D. Hubungan Antara Kerendahan Hati dan Kualitas Persahabatan Dengan Pemaafan.....	38

E. Kerangka Berpikir	42
F. Hipotesis	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Identifikasi Variabel	45
B. Definisi Operasional	45
C. Subjek Penelitian	46
D. Metode Pengumpulan Data	47
E. Validitas dan Reliabilitas	50
F. Metode Analisis Data	51
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	52
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	52
B. Pelaksanaan Penelitian	60
C. Analisis Data Penelitian	61
D. Pembahasan	71
BAB V PENUTUP	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Pemaafan	48
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Kerendahan Hati	49
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Kualitas Persahabatan	50
Tabel 4. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Pemaafan.....	56
Tabel 5. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Kerendahan Hati.....	57
Tabel 6. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Kualitas Persahabatan.....	58
Tabel 7. Sebaran Aitem Valid Skala Pemaafan.....	59
Tabel 8. Sebaran Aitem Valid Skala Kerendahan Hati.....	59
Tabel 9. Sebaran Aitem Valid Skala Kualitas Persahabatan.....	60
Tabel 10. Deskripsi Data Penelitian	62
Tabel 11. Kategorisasi Skor Variabel Pemaafan	63
Tabel 12. Kategorisasi Skor Variabel Kerendahan Hati	64
Tabel 13. Kategorisasi Skor Variabel Kualitas Persahabatan	65
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas.....	66
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas	67
Tabel 16. <i>R-Square</i>	68
Tabel 17. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis Kedua dan Ketiga	69
Tabel 18. Sumbangan Efektif.....	70

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Bagan Hubungan VB dengan VT	42
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1. Rancangan Skala Penelitian

Lampiran 2. Tabulasi Data *Try Out* Skala

Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Hasil Skala *Try Out*

Lampiran 4. Validitas dan Reliabilitas Setelah Eliminasi

Lampiran 5. Skala Penelitian

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 7. Total Skor Penelitian

Lampiran 8. Hasil Uji Asumsi

Lampiran 9. Hasil Hitungan Sumbangan Efektif

Lampiran 10. Surat Perizinan Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Alam semesta merupakan mahakarya Allah SWT yang tiada tara, salah satunya adalah manusia. Makhluk yang dipandang sempurna dari ciptaanNya. Manusia lahir melalui rahim seorang ibu dan menjalani proses kehidupannya hingga akhir usia. Sebuah perjalanan kehidupan manusia melalui pertumbuhan dan perkembangan. Perjalanan tersebut memiliki beberapa fase, salah satunya yaitu fase remaja. Remaja dalam kata latin ialah "*Adolensence*". Apabila kata "*Adolensence*" diterjemahkan secara bahasa maka didapati arti tumbuh pertumbuhan menuju fase dewasa. Selanjutnya, Santrock (2003) menyatakan bahwa remaja ialah fase yang memiliki peralihan dari fase anak menuju fase dewasa. Sebutan "*adolesence*" yang dipergunakan hingga masa kini, memiliki pemaknaan yang meluas yaitu meliputi psikologis, emosional, sosial serta tubuh biologis (Hurlock, 1980).

Pada masa remaja individu dicirikan sebagai seseorang yang sedang mencari identitas dirinya, sehingga relasi yang dijalani tidak hanya terkait dengan orangtua ataupun keluarganya saja melainkan dengan lingkungan dan teman sebayanya. Gambaran pencarian identitas diri dan remaja menghabiskan waktu dengan temannya merupakan gambaran dari perkembangan kepribadian dan sosial yang dialami oleh remaja. Hal ini senada dengan pendapat Papalia, Olds dan Feldman (2001) bahwa perkembangan kepribadian merupakan perubahan cara menyatakan emosi secara unik dan hubungan dengan dunia, Selain itu, berubahnya

cara bergaul dan menjalin hubungan dengan individu lain disebut perkembangan sosial.

Remaja merupakan generasi muda yang diharapkan dapat berperan sebagai agen penerus bangsa yang mampu membawa perubahan baik di masa depan. Remaja diharapkan mampu menjadi pemimpin dimasa yang akan datang dengan kualitas kepribadian yang berkualitas baik, memiliki prestasi yang gemilang, memiliki jiwa pantang menyerah dan mampu mewujudkan cita-cita dengan semangat penuh dan juga dapat menahan diri dari segala bentuk yang dapat menggugurkan harapan tersebut.

Akan tetapi, hal tersebut sedikit berbanding terbalik dengan keadaan sekarang ini. Konflik dapat dialami oleh individu salah satunya mahasiswa. Kondisi yang disebutkan karena seorang mahasiswa termasuk dalam usia remaja yang dicirikan dengan permasalahan di usianya. Monks (dalam Puspitasari, 2018) mengemukakan bahwa mahasiswa yang berusia antara 18-21 tahun merupakan golongan remaja akhir.

Dalam hubungan pertemanan tidak terlepas dari yang namanya konflik. Konflik antar teman sebaya atau disebut *peer conflict* sering terjadi pada hubungan pertemanan (Yager dkk, 2011). Menurut Laursen (1995) permasalahan yang timbul dalam hubungan persahabatan ialah perilaku dan kritikan yang menjengkelkan, sindiran dan yang lebih sering terjadi adalah saling berbeda pendapat. Selanjutnya, berdasar studi yang dilaksanakan Arif (2013) Konflik interpersonal merupakan serangkaian konflik yang cenderung dirasakan oleh remaja pada hubungan pertemanan.

Penilaian remaja terhadap kalangan serta pertemanannya didasarkan dari keselarasan serta kesamaan yang dipunyainya. Apabila ada suatu kontras yang berbeda, maka dapat menimbulkan terabaikannya seseorang dan kurang diterima. Ketidaksetiaan, pengkhianatan, kebrutalan dan agresivitas merupakan sederet dari beberapa kekeliruan yang bisa mengakibatkan rasa sakit serta korban jiwa sehingga susah mendapat pemaafan. Hal tersebut memicu frustrasi yang disebabkan oleh kekecewaan yang selanjutnya bisa mengakibatkan bermacam dampak buruk, satu diantaranya agresivitas kekerasan guna membalaskan perilaku buruk (Arif, 2013).

Remaja seharusnya mampu memecahkan suatu permasalahan ataupun sebuah konflik yang timbul. Jika konflik telah terbentuk dalam patologi kepribadian dan patologi sosial membaaur dalam psikosis kolektif, maka hal yang tidak banyak berperan lagi ialah rasionalitas. Apabila hal ini terjadi, terwujudlah penentangan lalu itu terjadilah kebengisan (Sutanto, 2005). Melihat hal tersebut dapat dikatakan bahwa konflik yang tidak terselesaikan menjadi penyebab akan terjadinya perilaku agresif, hal ini dikarenakan dalang dari suatu perilaku agresif terdapat perselisihan yang masih membekas. Hal ini dapat diumpamakan dengan asap merupakan kekerasan dan api merupakan konflik itu sendiri.

Adapun kasus yang melibatkan remaja dalam sebuah konflik hingga berujung pada perilaku kekerasan sebagai berikut:

“Seorang remaja AD (16) warga Talang Way Sulan, Tanjung Bintang, Lampung Selatan, tewas dibunuh teman mainnya sendiri berinisial AF (17) dan RM (19). Hasil pemeriksaan melaporkan bahwa motif dari pembunuhan tersebut didasarkan oleh rasa tersinggung terhadap perlakuan AD, seperti memanggil keduanya dengan nama orangtuanya. Motif lain diungkapkan oleh pelaku yaitu, karena AD tidak dapat diajak kerjasama ketika bermain game *online*.” (Tribunnews, 2020)

Kasus selanjutnya yang melibatkan remaja dalam sebuah konflik hingga berujung pada perilaku kekerasan sebagai berikut:

“AWM (19) remaja warga Kecamatan Katibung, Lampung Selatan tewas bersimbah darah setelah ditusuk senjata tajam oleh remaja berinisial GSS (17), warga Lampung Selatan di Jalan Lintas Sumatera (Jalinsum) Desa Tarahan, Kecamatan Katibung, Lampung Selatan, Sabtu (18/1/2020) malam sekitar pukul 19.00 WIB. Penusukan hingga berujung tewasnya korban tersebut diduga adanya dendam lama pelaku GSS kepada korban AWM. Pelaku dendam lantaran tidak terima mantan pacarnya dipacari oleh korban. Menurut keterangan salah satu teman korban, berinisial AB kepada teraslampung.com menuturkan, sebelumnya pelaku dan korban ini juga pernah terjadi perkelahian hingga keduanya diselesaikan di Kantor Desa. Kemudian terjadi perkelahian lagi, perkelahian ini mengakibatkan AWM tewas setelah ditusuk senjata tajam oleh GSS. Kemudian Iptu Wido Dwi Arifiya Zaen mengatakan, pelaku penusukan hingga mengakibatkan korban meninggal dunia, masih dibawah umur dan berstatus pelajar. Keterangan sementara dari pelaku, perkelahian hingga mengakibatkan korban tewas ditusuk senjata tajam tersebut, dugaannya dendam lama pelaku terhadap korban.” (Teraslampung.com, 2020)

Fenomena lain mengenai konflik juga diperoleh dari data hasil wawancara terhadap salah satu mahasiswi Universitas Islam Negeri Raden Lampung, dengan hasil wawancara sebagai berikut: Remaja putri dengan inisial (LJ), mengungkapkan bahwa pernah terjadi konflik antara dia dengan sahabatnya. Hal ini dikarenakan kesalahpahaman dalam hubungan persahabatan tersebut. Menurut LJ permasalahan itu timbul karena sahabat LJ merasa tidak senang pada perlakuan LJ yang tidak memberi contekan kepadanya, sehingga sahabat LJ melakukan penghindaran. Merasa sakit hati atas perlakuan sahabatnya, LJ memilih untuk memutuskan hubungan dengan sahabatnya. LJ mengaku kejadian itu telah terjadi lebih dari dua tahun, namun dirinya memilih untuk menghindar dan tidak melakukan kontak dengan sahabatnya.

Selanjutnya, Kusprayogi & Nashori (2016) menyatakan temuan lain menyangkut pemaafan pada remaja yang didapati melalui wawancara:

“Saya sungguh marah pada diri saya, saya memiliki situasi dimana saya tidak bisa memaafkan situasi itu. Situasi itu membuat saya begitu trauma, padahal itu sudah terjadi pada 10 tahun yang lalu. Sesekali saat ini kadang saya tiba-tiba mengingatnya dan hal itu menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi saya. Saya merasa marah, merasa benci dan akhirnya saya stress sendiri. Jika sudah demikian saya kurang mengontrol diri saya. Alternatif yang dapat saya lakukan sekarang ini adalah menghadap Allah dan muhasabah menceritakan apa yang terjadi. Saya sadar jika saya sulit memaafkan orang lain dan saya juga sadar efek ini sungguh buruk bagi saya. Namun, saya memang belum bisa menerimanya dan melepaskan perasaan ini dari diri saya. Kadang saya takut cemas, namun saya berusaha untuk mencoba melewatinya. Untuk saat ini biarkan dulu seperti ini.”

Beragam keadaan yang telah dipaparkan, turut memunculkan perasaan prihatin pada generasi muda Indonesia sebagai calon-calon penerus bangsa. Sejatinya remaja seusia perkembangannya adalah individu penuh dengan potensi yang pada masa selanjutnya diberi harapan guna bisa menempati posisi pembangunan dengan secerca pengalaman serta ilmu pengetahuan yang dipunyai. Namun demikian, kejadian seperti itu turut memberikan kekecewaan dikarenakan, terdapat permasalahan yang dialami pada masa hidupnya.

Dari hasil temuan di lapangan mengungkapkan bahwa kekerasan yang bahkan berujung pada kematian disebabkan oleh sakit hati, marah dan dendam yang terpendam. Hal tersebut digambarkan akibat seseorang mengalami kegagalan dalam interaksi sosial yang dijalaninya. Burney dan Kromrey (2001) menyatakan bahwa dibutuhkan suatu pola manajemen amarah yang tepat serta mempelajari bagaimana mendapatkan alternatif sebagai pemecahan masalah yang positif pada remaja dalam menangani segala bentuk permasalahan. Snyder & Heinze dalam Worthington & Scherer (2004) mengungkapkan mengenai pemaafan yang berupa

strategi *emotion focused coping*. Pemaafan dapat dilakukan oleh remaja guna mereduksi tekanan yang membebani sebagai contoh: stres, sakit hati, beban psikologis, serta tekanan emosi.

Menurut McCullough, Rachel, Sandage, Everett, Worthington, Brown dan Hight (1998) Pemaafan merupakan perangkat dorongan guna perubahan pada individu agar mengurungkan melakukan balas sakit hati dan meredam motivasi konsolidasi terhadap pelaku yang menyakiti. Definisi lain mengatakan bahwa pemaafan ialah kesediaan individu dalam melepaskan perasaan yang tidak memberi kenyamanan serta kesenangan yang berasal melalui ikatan interpersonal dengan menumbuhkan serta mengembangkan rasa, pikiran dan juga suatu hubungan yang harmonis pada pelaku (Nashori, 2014).

Pemaafan merupakan bagian dari kesediaan individu untuk meninggalkan perasaan marah, persepsi buruk serta tingkah laku yang acuh tidak acuh pada individu lainnya yang sudah melakukan perbuatan menyakitkan tanpa rasa yang adil. Melakukan pemaafan berarti individu tidak menepis perasaan tersakiti itu sendiri akan tetapi, dengan timbulnya perasaan empati, iba serta kasih sayang terhadap pihak yang telah melakukan pelanggaran ataupun menggores hati (Enright, 2001). Dari uraian yang telah dikemukakan maka didapati kesimpulan bahwa pemaafan ialah serangkaian proses merubah perasaan negatif atau kurang menyenangkan akibat perbuatan, kejadian serta kondisi yang dialaminya menjadi sebuah perasaan positif dengan melakukan penerimaan.

Oleh karena itu pemberian pemaafan menggambarkan suatu motivasi terhadap remaja dengan tidak membalas perasaan yang menyakitkan dan juga serta

mampu mewujudkan ikatan yang baik seperti sedia kala. Memberi pemaafan memiliki artibahwa seseorang melakukan penghormatan yaitu, terhadap orang lain maupun diri kita sendiri sebagai manusia.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa melakukan pemaafan akan menghindarkan individu dari konflik sehingga jarang terlibat oleh konflik (Luskin dalam Nashori, 2014). Oleh karena itu, melakukan pemaafan adalah bagian dari prevensi konflik, pemaafan menyumbangkan pengaruh yang signifikan pada relasi jangka panjang maupun jangka pendek (Fincham, Beach & Davilia, 2004). Pemaparan di atas menjelaskan bahwa suatu pemaafan adalah cara meresolusi konflik yang tepat guna dalam penyelesaian konflik melalui adab, boleh itu konflik dalam lingkup komunitas ataupun individu.

Agama islam dengan tegas menagnjurkan bagi pemeluk agamanya untuk melakukan pemaafan. Seperti yang tertulis dalam Al-Qur'an surah Ali-Imran, 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۚ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ ۚ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ۚ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya:

“Maka disebabkan rahmat Allah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Maka maafkan lah mereka, mohonkanlah ampunan bagi mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertakwallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaqwal kepadaNya.”

Selanjutnya pula disampaikan dalam Q.S Al-Syura, 40:

وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْزُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ

Artinya:

“Dan balasan suatu kejahatan adalah kejahatan yang serupa, maka barang siapa memaafkan dan berbuat baik maka pahalanya atas tanggungan Allah. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang zalim.”

Berdasarkan penjelasan tersebut individu diharapkan dapat melakukan pemaafan atas kekeliruan individu yang melakukan perbuatan buruk dan mengakibatkan sakit hati. Mereduksi amarah hanya merupakan tindakan pencegahan dari perbuatan buruk terjadi, sedangkan pemaafan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk menghapus luka dalam hati akibat perbuatan buruk seseorang.

Pemaafan menjadi hal yang begitu penting mengingat bahwa pemaafan memberi dampak negatif signifikan pada individu. Dampak tidak memaafkan yaitu tersimpannya emosi negatif yang memicu gangguan kesehatan jantung (Bosschot & Thayer, 2003), Meningkatnya tekanan pada darah (Glynn, Christenfeld & Gerin, 2002) dan bahkan menimbulkan gangguan kecemasan (Thayer & Lane, 2000). Amarah yang tidak terselesaikan dan berlangsung lama akan menimbulkan reaksi emosi yang meninggalkan luka permusuhan yang memiliki dampak terhadap perilaku, rasa percaya. Penilaian negatif dan berujung pada terpicunya gejala frustrasi, penganiayaan dan provokasi (Smith, 1992).

Sedangkan, Gani (2001) mengutarakan terkait individu yang enggan melakukan pemaafan menunjukkan gejala kecemasan, gejala depresi, hubungan yang kurang harmoni, sukar menjalin persahabatan, rasa hampa, tendensi pelarian ke-arah negatif seperti konsumsi minuman beralkohol dan obat-obatan, selain itu

dampak pada kesehatan seperti tekanan darah tinggi dan tekanan jantung meninggi. Dengan demikian dapat dilihat bahwa tidak melakukan pemaafan merupakan kerugian bagi seseorang mengingat begitu banyak dampak yang akan timbul dari tidak memaafkan. Oleh karena itu, pemaafan baik dilakukan guna menjaga kesehatan dan kesejahteraan yang baik bagi individu.

Nashori (2014) mengungkapkan bahwa jenis kelamin dan usia turut berpengaruh dalam penentu pemaafan, menurut Nashori kian dewasa individu maka semakin meningkat kematangan emosi, kepedulian dan empati, hal ini apabila dilihat dari segi usia. Sedangkan merujuk pada hasil penelitian Utami (Arif, 2013) bahwa pria cenderung mudah melakukan pemaafan daripada perempuan. Kendati demikian pria memiliki pengendalian diri cenderung unggul dan cenderung dalam penggunaan akal, sedangkan pada perempuan cenderung sulit melakukan pemaafan karena perempuan cenderung menggunakan perasaan sebagai manipulasi pengendalian diri (Jie, Tinting, Shijin, Lulu & Feng, 2011).

Selain faktor usia dan jenis kelamin terdapat faktor internal individu yang turut mempengaruhi pemaafan yaitu faktor kepribadian (McCullough dkk, 1998). Menurut Syafitri (2013) reaksi serta interaksi individu satu dengan lainnya merupakan keseluruhan cara individu yang disebut dengan kepribadian. Sedangkan Jung (dalam Syafitri, 2013) mengemukakan bahwa *extrovert* dan *introvert* merupakan dua kategori yang ada pada kepribadian individu. Menurut McCullough dkk individu yang memiliki kepribadian *extrovert* cenderung mudah melakukan pemaafan dikarenakan individu bertipe kepribadian ini memiliki karakter ke-arah sosial, terbuka, asertif, hangat kooperatif, tidak individualis, jujur, sopan, fleksibel, empatik dan bersahabat.

Menurut Ashton dan Lee (2007) dalam struktur kepribadian HEXACO terdapat aspek kepribadian yang sifatnya hampir sama dengan tipe *extrovert*. HEXACO *Personality* memiliki beberapa aspek kepribadian salah satunya ialah *honest-Humility*, aspek kepribadian ini memiliki sifat tulus, jujur, setia/loyal, sederhana, berpikiran adil (Ashton dan Lee, 2007).

Elliot (2010) mengemukakan bahwa kerendahan hati merupakan kemampuan individu dalam pengakuan kekeliruan pribadi, kekurangan, kesenjangan/keterbatasan diri serta terbuka dalam menerima gagasan, informasi serta saran. Apabila dimaknakan kerendahan hati memiliki tiga makna, yaitu menerima kebenaran, mampu menjalin interaksi dan merendahkan diri di hadapan Allah (Khalid, 2006). Agama Islam mengenalkan konsep kerendahan hati pada pemeluk agamanya sebagai ajaran yang diharuskan, konsep ini dikenal sebagai *tawadhu* yaitu rendah hati antar sesama manusia dan Allah.

Nabi Muhammad Saw mencontohkan kerendahan hati sebagai akhlak mulia yang harus dimiliki oleh para pemeluk ajaran agama islam. Seperti firman Allah dalam Al-Qur'an surah Al-Furqan, 63:

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا

Artinya:

“Adapun hamba-hamba Allah yang maha pengasih itu adalah orang-orang yang berjalan di bumi dengan rendah hati dan apabila orang bodoh (kafir) menyapa mereka (dengan kata-kata yang menghina), mereka mengucapkan salam”.

Dengan demikian selain merupakan faktor pemaafan kerendahan hati merupakan akhlak yang mulia.

Terlepas dari itu, terdapat komponen lain yang menjadi faktor timbulnya pemaafan pada seseorang. Suatu hubungan interpersonal diyakini dapat berjalan dengan baik apabila didalamnya terdapat pemaafan (McCullough, dkk, dalam Merolla, 2008). Sedangkan bentuk dari hubungan interpersonal dapat berupa sebuah ikatan persahabatan. Menurut Goss (2006) pemaafan pada remaja begitu mendukung pada kualitas persahabatan. Hal ini dikarenakan ketika terjalinnya suatu hubungan persahabatn membutuhkan beberapa tahapan, dari yang tidak mengenal menjadi kenal dan selama proses tersebut tentunya diwarnai oleh konflik-konflik kecil maupun besar.

Menurut Berndt (2002) kebaikan dari persahabatan dicirikan dengan seseorang yang mempunyai ikatan sahabat dengan kualitas yang tinggi. Berndt turut menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi keberhasilan pada interaksi sosial dengan teman sebaya ialah kualitas persahabatan. Apabila dihubungkan dengan pemaafan maka kualitas persahabatan dapat diwujudkan pada hubungan antara teman tersebut.

Begitu menyedihkan apabila suatu ikatan persahabatan berakhir begitu saja, maka dari itu suatu persahabatan harus memiliki kualitas yang tinggi dan dipertahankan dengan baik. Oleh karena itu individu akan sukarela melakukan pemaafan kepada teman apabila terdapat pelanggaran dilakukan. Akan tetapi, terkadang karena motivasi mempertahankan ikatan persahabatan tersebut, individu hanya melakukan pemaafan dengan sepihak dan menekan perasaannya sendiri, sehingga hanya dalam interaksi yang dilakukan tidak seperti sebelumnya.

Beumeister, Exline dan Sommer (1998) mengatakan pemaafan seperti yang dijelaskan di atas dapat disebut dengan pemaafan intrapersonal. Menurut Beumeister dkk, (1998) pemaafan intrapersonal adalah ketika individu telah sepenuhnya melakukan pemaafan sehingga individu tidak lagi merasakan amarah dan perasaan dendam. Seharusnya suatu pemaafan intrapersonal sejajar berjalan dengan pemaafan interpersonal, dikarenakan pemaafan seperti itu meliputi aspek sosial dimana individu hanya terfokuskan pada satu perilaku yang mengekspresikan pemaafan (Beumeister dkk, 1998). Pemaafan tersebut dapat disebut sebagai bentuk pemaafan total dimana individu melakukan pemaafan dari dalam lubuk hati dan mengekspresikan pada pelaku yang menyakiti. Apabila pemaafan total dapat diwujudkan maka akan terjalin kembali persahabatan yang apa adanya dan terasa nyaman (Beumeister dkk., 1998)

Berkenaan terhadap hal yang telah disebutkan maka dapat dikatakan bahwa kualitas persahabatan berpengaruh terhadap pemaafan, dikarenakan pada setiap individu yang menjalin persahabatan dengan latar belakang yang berbeda, sifat maupun karakteristik saat berhadapan pada suatu masalah serta penyelesaiannya. Selain itu pemaafan dapat terwujud ketika masing-masing individu memiliki kerendahan hati, sehingga dalam melakukan interaksi akan memiliki tutur kata yang baik agar tidak menyakiti satu sama lain. Akan tetapi, begitu disayangkan bahwa komponen-komponen di atas belum sepenuhnya tertanam dalam diri remaja sehingga segala bentuk kesalahpahaman yang berujung konflik masih sering terjadi.

Berdasarkan dengan latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka penelitian mengenai hubungan antara kerendahan hati dan kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri penting dilakukan mengingat terdapat fenomena negatif akibat kurangnya pemaafan pada individu. Fenomena tersebut seperti perilaku agresif yang berujung kematian diakibatkan oleh dendam. Hal ini berarti individu kurang dapat melakukan pemaafan sehingga memilih untuk menyimpan dendam dalam diri mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara kerendahan hati dan kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri?
2. Apakah ada hubungan antara kerendahan hati dengan pemaafan pada remaja putri?
3. Apakah ada hubungan antara kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui hubungan antara kerendahan hati dan kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri.
2. Mengetahui hubungan kerendahan hati dengan pemaafan pada remaja putri.

3. Mengetahui hubungan kualitas persahabatan dengan pemaafan pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan khazanah dalam ilmu pengetahuan khususnya pada bidang Psikologi Kepribadian, Psikologi Sosial, Psikologi Positif, Psikologi Islam dan Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu:

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa dalam melakukan pemaafan terutama dalam hubungan sosial antar teman.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rekomendasi untuk membantu proses pembentukan karakter pemaaf bagi mahasiswa khususnya mahasiswa psikologi dengan memahami dan menanamkan pentingnya kerendahan hati dan kualitas persahabatan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dalam penelitian di masa yang akan datang dengan tema serupa yaitu pemaafan dengan faktor lain selain kerendahan hati dan kualitas persahabatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pemaafan

1. Pengertian Pemaafan

Kata pemaafan berakar dari kata maaf (dalam bahasa Indonesia) yang diberi perimbuhan kata “pe-an”. Sedangkan apabila dicari arti kata maaf itu sendiri, KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) menyepakati bahwa arti kata maaf yaitu, terbebasnya individu akan penghukuman akan adanya perbuatan yang salah. Maka dapat dimaknai bahwa pemaafan sendiri mengartikan memberi pengampunan atas perbuatan yang salah atau sebagainya dan melepaskan individu dari perbuatannya.

Nashori (2011) Menuturkan terkait pemaafan yaitu bersedianya individu untuk melepaskan segala hal yang tidak memberikan perasaan senang yang berakar dari relasi antar personal dan memunculkan pikiran, rasa dan relasi yang baik kembali. Ketika pemaafan dilakukan oleh individu maka individu tersebut telah melepaskan segala perilaku yang memberatkan dirinya, seperti perlakuan atau ucapan yang menyayat hati, melepaskan rasa sakit hati, menghindari perilaku penghindaran dan melepaskan perlakuan yang acuh pada individu yang telah melakukan pelanggaran atau perbuatan buruk.

Menurut Hadriani (2008) pemaafan adalah kesediaan individu yang diciderai untuk memberikan pemaafan pada pihak yang telah menciderai. Pemaafan merupakan sikap rela untuk menanggalkan kekeliruan yang menyakitkan pada masa lalu, tidak lagi mencari-cari nilai dalam perasaan marah, rasa benci dan menyingkirkan keinginan untuk membalas dendam.

McCullough, Worthington, & Rachal (1997) mengatakan bahwa pemaafan didefinisikan sebagai suatu perangkat perubahan motivasi dimana individu mampu menurunkan motivasi untuk melakukan balas dendam, semakin menurunnya dorongan akan perilaku penghindaran, semakin terdorong oleh niat baik dan kemauan untuk melakukan perdamaian pada individu yang telah melakukan pelanggaran, meskipun pelanggaran yang dilakukan termasuk tindakan yang berbahaya.

Selain itu, Hargrave dan Sells (dalam Hadriani, 2008) pemaafan mengarah kepada terbebasnya individu akan perasaan marah, serta sembuhnya hati yang terluka dan enggan melakukan balas dendam. Terdapat unsur pembebasan dari amarah (afeksi) serta terwujudnya suatu relasi yang memiliki arti bahwa terdapat rekonsiliasi dengan tumbuhnya rasa percaya, luka yang sembuh dan terlepasnya dorongan untuk membalas perilaku buruk atau balas dendam. Demikian dapat dikatakan bahwa pemaafan tidak hanya terjadi pada fase afeksi melainkan, terjadi pula pada fase munculnya tingkah laku dimana individu yang menjadi korban memiliki keberanian membina ulang suatu relasi dengan situasi dan kondisi yang menyenangkan.

Berdasarkan pemaparan definisi pemaafan di atas maka didapati disimpulkan bahwa pemaafan merupakan adalah perilaku yang tampak pada seseorang yang telah terluka dan mampu menyingkirkan perasaan negatif serta mampu membina hubungan baik kembali. Sehingga individu mampu menurunkan motivasi untuk melakukan pembalasan terhadap pelaku.

2. Aspek-aspek Pemaafan

Menurut McCullough (2000) aspek- aspek pemaafan yaitu:

a. *Avoidance Motivation*

Dicirikan dengan seseorang yang melakukan penghindaran atau memilih untuk tidak bertemu dengan pelaku yang telah berbuat pelanggaran terhadap dirinya.

b. *Revenge Motivation*

Dicirikan dengan seseorang yang memiliki niat atau perasaan ingin melakukan pembalasan atas rasa sakit yang ia alami pada pelaku yang telah berbuat pelanggaran terhadap dirinya. Pada keadaan seperti ini, seseorang merasakan perasaan amarah dan memiliki niatan guna melakukan pembalasan pada orang yang telah melanggar atau berbuat buruk.

c. *Benevolence Motivation*

Dicirikan dengan seseorang yang memiliki niat baik pada pelaku pelanggaran. Sehingga aspek ini merupakan aspek yang menghilangkan perasaan menghindar dan keinginan membalas.

Ketiga aspek pemaafan tersebut dalam penelitian ini akan digunakan sebagai skala psikologi. Skala pemaafan berdasarkan aspek *avoidance motivation*, *revenge motivation*, *benevolence motivation* dalam teori McCullough (1999).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemaafan

Beberapa faktor dari pemaafan dikemukakan oleh McCullough (2000) yaitu:

a. Empati

Empati merupakan kemampuan dengan banyak definisi berbeda, yaitu mencakup spektrum yang luas, mulai dari membantu individu lainnya serta mempunyai kemauan guna menolong mereka, memiliki perasaan yang sama dengan perasaan yang dirasakan individu lainnya, mengetahui apa yang dipikirkan atau dirasakan orang lain, hingga mengaburkan batas antara diri dan orang lain.

b. Atribusi terhadap Pelaku dan Kesalahannya

Juga dikenal sebagai bias korespondensi atau efek atribusi, adalah kecenderungan orang untuk kurang menekankan penjelasan situasional untuk perilaku yang diamati individu sementara terlalu menekankan penjelasan berbasis disposisional dan kepribadian untuk perilaku mereka. Efek ini digambarkan sebagai kecenderungan untuk percaya bahwa apa yang dilakukan orang mencerminkan siapa mereka.

c. Tingkat Kelukaan

Individu terkadang melakukan penyangkalan akan perasaan tersakiti yang dialaminya sebagai dalih hal yang begitu menyakitkan. Sehingga individu memiliki perasaan ketakutan guna melakukan pengakuan atas perasaan sakit yang mereka alami dikarenakan bias membuat individu tersebut menaruh perasaan benci terhadap orang yang sangat ia cintai. Hal tersebut memiliki

kecenderungan untuk menampilkan perasaan sedih yang begitu menyedihkan, oleh karena itu pemberian maaf tidak dapat dilakukan atau bahkan cenderung sulit terwujud.

d. Karakteristik Kepribadian

Tipe kepribadian mengacu pada klasifikasi psikologis dari berbagai tipe individu. Jenis kepribadian kadang-kadang dibedakan dari ciri-ciri kepribadian, dengan ciri-ciri yang terakhir mewujudkan pengelompokan yang lebih kecil dari kecenderungan perilaku. Tipe kadang-kadang dikatakan melibatkan perbedaan kualitatif antara orang-orang, sedangkan sifat dapat ditafsirkan sebagai perbedaan kuantitatif. Menurut teori tipe Bernstein, Penner, Clarke-Stewart, & Roy (2008), misalnya, *introvert* dan *ekstrovert* adalah dua kategori orang yang berbeda secara fundamental.

Ciri-ciri individu dengan tipe ekstrasversi (atau ekstrovert) yaitu *outgoing, talkative, energetic behavior*. Ashton dan Lee (2007) mengemukakan bahwa dalam struktur kepribadian HEXACO terdapat aspek kepribadian yang sifatnya hampir sama dengan tipe *extrovert* ialah *honest-Humility* atau jujur dan rendah hati.

e. Kualitas hubungan interpersonal

Individu yang melakukan pemaafan pada orang lain bisa didasarkan pada keterikatan yang tinggi terhadap hubungan mereka. Terdapat empat sebab mengenai kualitas hubungan yang turut memberi pengaruh pada pemberian pemaafan pada suatu hubungan interpersonal, yakni: mempunyai dorongan yang tinggi guna melindungi relasi, terdapat tujuan jangka panjang dalam

membina relasi, seseorang mempunyai kepentingan satu orang dan kepentingan yang bersatu dan kualitas hubungan mempunyai tujuan kolektif yang mengharapkan siapapun yang terkait untuk berperilaku saling mendukung.

4. Proses Pemaafan

Serangkaian proses adalah hal yang penting dilakukan untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Begitu kaitanya dengan pemaafan yang membutuhkan suatu proses. Proses pemberian maaf ialah proses yang berjalan langkah demi langkah dan membutuhkan waktu (Smedes, 1984). Proses pemberian maaf terjadi seiring berjalanya waktu terkadang membutuhkan waktu yang lama sesuai dengan parahnya luka di hati seseorang. Terkadang individu melakukannya dengan lambat dan melaluinya dengan tanpa diduga ia telah melakukan pemaafan. Proses pemaafan bisa turut dialami apabila individu yang tersakiti berupaya untuk memahami sebab peristiwa itu dialami dan bersama itu dengan usaha menyusutkan amarahnya.

Enright dan Red (dalam Nashori, 2009) mengemukakan bahwa terdapat empat tahap dalam pemberian pemaafan, yakni:

a. Uncovering Phase / Fase Pengungkapan

Kondisi dimana saat individu merasakan perasaan tersakiti dan kesumat. Pada fase ini individu mencoba membangun kesadaran bahwa semua orang memiliki kemarahan saat disakiti, namun pilihannya yaitu apakah individu tersebut akan membuangnya atau mempertahankan perasaan marah itu.

b. Decision Phase / Fase Keputusan

individu memulai berpikir secara logis serta membangun pemikiran akan pemaafan. Pada tahap ini seseorang urung memaafkan seutuhnya namun telah terjadi perubahan pikiran. Individu dalam fase ini bekerja keras untuk dapat memaafkan dari waktu ke waktu.

c. Work Phase / Fase Tindakan

Terdapat perilaku yang langsung melakukan pemaafan pada individu yang melakukan kesalahan. Pada tahapan ini individu memerlukan empati dan niat baik untuk melakukan pemaafan.

d. Outcame or Deepening Phase / Fase Pendalaman

Disini individu memahami bahwa ketika ia mampu melakukan pemaafan maka individu akan memberikan faedah terhadap diri pribadi, sekitarnya dan maupun terhadap individu lain. Fase ini merupakan internalisasi kebermaknaan dari proses pemaafan.

Selanjutnya Smedes (1984) turut melakukan pembagian terhadap empat tahap pemaafan, yaitu:

a. Membalut sakit hati

Perasaan tersakiti yang tidak diobati maka sama halnya dengan memelihara dendam dalam diri seseorang, oleh karena itu hal ini mengakibatkan perasaan resah yang meliputi kurangnya rasa bahagia dan perasaan damai. Oleh karenanya, menghilangkan perasaan benci akan individu yang melakukan pelanggaran atau melakukan hal yang menyakitkan ibarat membalut perasaan sakit dengan obat.

b. Meredakan perasaan benci

Perasaan benci merupakan suatu hasil yang secara natural oleh individu pada perasaan tersakiti yang larut dan kebencian yang membutuhkan kesembuhan. Perasaan benci begitu membahayakan apabila tidak segera diobati. Karena, dalam suatu perasaan benci tidak mengandung apapun yang berkaitan dengan kebahagiaan. Perasaan benci sendiri memiliki dampak yang lebih serius dari pada luka yang diberikan oleh pelaku, dimana individu yang menanam kebencian akan lebih tersiksa daripada pelaku. Bahkan, kebencian menjadi akar dari banyaknya perbuatan buruk yang akan terjadi. Dengan menanam pemahaman tentang mengapa seseorang melakukan pelanggaran terhadapnya atau menelusuri dalih bagi dirinya ataupun mengintropeksi. Sehingga dirinya bisa melakukan penerimaan atas perbuatan yang menyakiti hatinya dan timbulnya pengurangan atau bahkan menghilangkan seluruh kebencian.

c. Upaya penyembuhan diri sendiri

Dalam hal ini, individu melakukan pemaafan dengan berangsur-angsur melupakan atau melepaskan beban yang ada di pikiran mengenai pelaku. Pemaafan yang dilakukan bahkan itu hanya didalam hati merupakan isyarat kebijaksanaan dalam diri seseorang. Oleh karena itu penyembuhan diri sendiri berfokus dengan bagaimana seseorang dapat bertindak jujur atas perasaan dan pikirannya, dengan melepaskan beban dan berdamai dengan diri pribadi serta individu lain.

d. Berjalan bersama

Berdampingan atau berjalan bersama oleh dua individu setelah terjadi konflik membutuhkan suatu usaha yang tulus dari antar individu tersebut. Bagi individu yang telah melakukan pelanggaran atau peristiwa menyakitkan hendaknya dengan kesadaran mengakui kesalahannya dan bagi individu yang tersakiti hendaknya berpikiran terbuka dan mempercayai bahwa individu yang melakukan pelanggaran atau menyakiti perasaannya tidak akan melakukan hal yang sama di kemudian hari.

Dengan demikian proses pemberian maaf merupakan suatu proses penting agar terwujudnya pemaafan yang tulus dari hati dan mampu membina hubungan baik dengan pihak yang melakukan pelanggaran ataupun orang yang telah menyakiti. Proses pemaafan dipengaruhi sebagaimana besar tragedi yang menimpa individu yang disakiti. Namun pemaafan lambat laun akan terjadi seiring berjalanya waktu.

5. Manfaat Pemaafan

Manfaat dari pemaafan dapat diklasifikasikan menjadi dua yakni:

a. Kesehatan

Kesehatan menjadi unsur penting bagi kehidupan manusia terlebih melakukan pemaafan terbukti memiliki dampak yang baik secara signifikan bagi kesehatan manusia. Seperti halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Lutjen, Siltan dan Flannelly (dalam Septarianda, 2019) yang menyatakan bahwa penurunan tingkat stres terjadi kepada individu yang melakukan pemaafan dan sikap memusuhi turut mengalami penurunan.

Selanjutnya, stres dan permusuhan merupakan tindakan yang berkaitan dengan penyakit jantung. Atas dari hasil penelitian, keuntungan yang diperoleh bagi kesehatan cenderung lebih dialami oleh golongan lansia, individu yang dapat melakukan pemaafan turut jarang mengalami *nervousness*, perasaan gelisah dan perasaan sedih.

Lain dari itu, fakta bahwa perasaan akan tidak ingin memberi pemaafan dapat memicu terganggunya fungsi dari hormon dalam badan manusia. Terbuktinya fakta selain terganggunya fungsi hormonal, seseorang yang enggan melakukan pemaafan turut dapat melambatkan respon tubuh dalam menangani bakteri, infeksi serta gangguan kesehatan lainnya (Harris dan Thoresen dalam Septarianda, 2019)

Selanjutnya Liu dan Zhou (2017) turut menyatakan bahwa individu yang mempunyai toleransi akan pemaafan yang tinggi cenderung memiliki pengaruh pada penurunan dari gejala depresi. Sehingga, gejala-gejala depresi yang diderita oleh seseorang dapat diminimalisir dengan upaya pemaafan yang dilakukan oleh individu tersebut.

b. Hubungan Sosial

Dalam sebuah studi mengemukakan bahwasanya pemaafan memiliki keterkaitan yang signifikan terhadap relasi antara individu (Tsang, McCullough dan Finchman dalam Septarianda, 2019). Pemaafan yang berlangsung mampu membentuk hubungan kearah kebahagiaan, keterikatan, terutama dalam ikatan perkawinan. Terkhusus pada hubungan perkawinan, pemaafan memberi kemudahan pada kedekatan satu sama lain,

namun lebih kepada pemahaman suami atau isteri, dimana suami atau isteri akan dipahami sebagai individu yang mampu dimakmurkan dan sanggup berdedikasi pada pasangannya.

Selain itu, Worthington dan Wade (Septarianda, 2019) melakukan studi mengenai individu-individu yang tidak mempunyai keinginan guna melakukan pemaafan. Dalam studinya diperoleh hasil bahwa individu yang enggan melakukan pemaafan mengalami pertikaian, perasaan negatif dan kurangnya kemampuan bernegosiasi yang sering terjadi. Hal lain turut terjadi kepada pasangan yang enggan melakukan pemaafan antar pasangan, dimana hal ini dapat membentuk persaingan dan saling melakukan perhitungan satu sama lain. Dalam hal ini yang terjadi adalah keadaan yang kian terperosok dalam kebobrokan dalam hubungan.

Atas penguuraian di atas maka diperoleh simpulan manfaat pemaafan bagi kesehatan ialah menyuguhkan faedah secara psikologis serta berupa intervensi efektif terhadap pembebasan individu dari rasa marah serta perasaan bersalah. Selanjutnya melakukan pemaafan dapat menurunkan perasaan marah, depresi serta kecemasan.

6. Pemaafan dalam Perspektif Islam

Al- 'afw merupakan akar kata dari kata “maaf” yang berasal dari bahasa arab. Kata *al- 'afw* disebut beberapa kali dalam Kitab Suci Al-Qur'an yaitu sejumlah 34 pengulangan, dimana 7 di antaranya berbincang mengenai pemaafan. Hal itu menampakkan perilaku pemberian maaf antara satu sama lain menjadi potongan penting pada kehidupan seorang manusia terutama bagi pemeluk Agama Islam. Hal

ini memiliki artian bahwa terdapat akibat yang secara khusus apabila individu melakukan pemaafan atau menanggalkan pemaafan kepada individu yang telah melakukan perilaku yang salah kepadanya. Sebab itu, *al-‘afw* (pemaafan) merupakan salah satu sifat individu yang taat Pada Sang Pencipta yaitu Allah S.W.T sebagai halnya Al-Qur’an memberi penjelasan dalam QS. Ali-Imran: 134.

QS. Ali-Imran: 134:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ
الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

“(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.”

Ayat diatas memberi pengertian atas perilaku individu yang taat ketika dihadapkan dengan individu yang melakukan kesalahan ataupun perilaku menyakitkan dapat menghadapinya dengan tiga cara, yakni dengan meredam perasaan marah, melakukan pemaafan serta melakukan perbuatan baik kepada siapa saja yang telah melakukan kekeliruan pada dirinya.

Menurut Shihab (dalam Nifkhatuzzahroh, 2015) arti berlebihan menjadi dasar arti kata maaf (QS [2]:219). Hal ini memiliki maksud yaitu segala yang berlebihan seyogyanya harus dilepaskan. Keduanya dijadikan hal yang sebelumnya bersemayam di dalam (dipunyai) menjadi terlepaskan atau terbeas. Sehingga, kata *al-‘afw* bermakna penghapusan. Melakukan pemaafan, memiliki arti menghapuskan luka ataupun sisa-sisa perasaan terlukai yang berada dalam lubuk hati.

Sejarah telah memberi ilustrasi secara baik bahwa memberikan maaf merupakan nilai serta prinsip mendasar yang harus di junjung tinggi dalam Islam. Rasulullah Saw dengan tegas memberi peringatan serta melakukan pengajaran guna menemukan karunia yang besar dari Allah, satu di antaranya ialah bersabar serta memberi pengampunan atau pemaafan kepada individu lainnya, meski individu tersebut adalah musuh.

Agama Islam telah memberi pengajaran guna melakukan pemaafan dengan penuh kesungguhan serta tidak diberlakukan atas syarat-syarat terkhusus, meskipun tanpa diminta. Terlebih dari itu, turut disarankan guna mendoakan individu yang telah melakukan kesalahan sebagaimana dipercontohkan oleh Nabi. Sehingga, pemberian maaf tidak hanya di lisan, namun tulus dari lubuk hati yang paling dalam. Islam memberi cara agar pemberian maaf dapat dilakukan dengan sebenar-benarnya, yaitu meminta pengampunan (mendo'akan) terhadap individu-individu dan melakukan musyawarah. Hal ini sebagaimana dianjurkan dalam Al-Qur'an surah Ali-Imran, 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ؕ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْتَضَوْا مِنْ حَوْلِكَ ؕ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ؕ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ؕ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya:

“Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya.”

Selain itu Agama Islam turut memberikan pengertian bahwa seharusnya pemaafan dilakukan dengan sungguh-sungguh dan hati yang lapang, seperti yang telah dijelaskan pada Al-Qur'an surah Al-Maidah, 13:

{فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ}

Artinya:

"...maka maafkanlah mereka dan lapangkanlah dada, sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik".

Dengan adanya ayat suci yang menjelaskan pentingnya memaafkan dengan kesungguhan atau hati yang lapang. Maka dapat dikatakan bahwa memaafkan dengan lapang dada merupakan bagian dari sifat seorang muhsindan juga memaafkan dengan lapang dada memiliki keutamaan akan dicintainya individu oleh Allah Ta'ala. Selain itu Agama Islam turut memberi pengajaran akan senantiasa melindungi keselamatan dan perdamaian terhadap segala pihak. Hal ini memiliki artian bahwa diberlakukannya pengampunan atau maaf, maka dapat mewujudkan keadaan yang damai dan juga selamat.

7. Pemaafan Pada Remaja Putri

Masa remaja merupakan fase peralihan diantara masa anak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan diakhiri pada usia belasan tahun atau dua puluhan tahun (Papalia dan Olds, dalam Jahja 2011). Masa remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Menurut Hurlock (2000) ciri tersebut yaitu, remaja merupakan

suatu periode penting, remaja sebagai masa peralihan, remaja sebagai masa perubahan, remaja sebagai usia bermasalah, remaja sebagai periode mencari identitas diri, masa yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis dan sebagai masa ambang masa dewasa.

Selanjutnya, Ali & Asrori (2006) remaja memiliki *need* dimasa tumbuh kembangnya, yakni penerimaan, kemandirian, pencapaian, diakui, penghargaan dan kebutuhan untuk memaknai kehidupan secara utuh. Oleh karena itu, remaja akan merasa senang ketika mereka dapat diterima atau disukai oleh teman sebaya atau kelompok. Namun sebaliknya, apabila mereka ditolak, dikeluarkan dan diremehkan maka akan merasa tertekan dan cemas.

Masa remaja itu sendiri ialah masa peralihan. Pada masa remaja, individu mengalami berubahnya fisik ataupun psikologis secara cepat. Pendapat Pikunas (dalam Jahja, 2011) menyatakan bahwasanya terdapat sembilan tujuan dari tugas perkembangan remaja, salah satunya adalah kematangan emosional. Dimana kematangan emosional ini merupakan perubahan sikap yang menuju ke arah terbuka dan merasakan kenyamanan, lentur dalam bersosial, bergantung dengan individu lain dan memiliki penghargaan atas diri, memiliki pengendalian diri, memiliki rasa penerimaan dirinya serta individu lain dan yang terakhir adalah memiliki kemampuan mengutarakan perasaan dengan cara konstruktif dan kreatif.

Adapun menurut Jahja (2011) aspek-aspek tumbuh kembang pada fase remaja yang meliputi perkembangan biologis, kognisi dan perilaku maupun sosial. Perkembangan biologis atau fisik merupakan berubahnya bentuk tubuh, otak, sistem sensor serta gerak motoris (Papalia dan Olds, 2001). Perkembangan kognisi

merupakan berubahnya kemampuan mental seperti belajar, mengingat, memahami, mencerna dan berbahasa. Perkembangan perilaku dan sosial adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik; sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain (Papalia dan Olds, dalam Jahja 2011).

Gambaran pemaafan pada remaja sendiri dipengaruhi oleh salah satu tugas perkembangan, yaitu kematangan emosional. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Anderson pada tahun 2006 silam, bahwa kematangan emosional yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi pemaafan pada remaja. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Utami (dalam Arif, 2013) bahwa terdapat perbedaan signifikan antara pemaafan pada remaja laki-dan perempuan, dimana perempuan dikatakan lebih sulit melakukan pemaafan. Laki-laki dianggap lebih mudah dalam melakukan pemaafan karena memiliki pengendalian diri lebih baik dan menggunakan logika, sedangkan pada perempuan cenderung menggunakan perasaan sebagai manipulasi pengendalian diri sehingga sulit melakukan pemaafan (Jie, Tingting, Shijin, Lulu dan Feng, 2011).

Hadirnya pemaafan pada remaja dapat membantu terlepasnya beban-beban yang diderita supaya individu-individu tersebut tidak menimbun perasaan sakit dalam hati mereka, memikul beban pikiran dan dendam akibat hasil interaksi sosial yang kurang tepat, seperti pengalaman ditolak atau diabaikan oleh teman. Hasil penelitian memberikan sumbangan bahwasanya remaja akhir yang dapat melakukan pemaafan mengalami meredakan perasaan marah, rasa cemas, serta tertekan yang signifikan.

B. Kerendahan Hati

1. Pengertian Kerendahan Hati

Elliot (2010) mengemukakan kerendahan hati merupakan kapabilitas individu guna melakukan pengakuan atas kesalahan pribadi, kekurangan, batasan diri serta terbuka dalam penerimaan akan masukan, pengetahuan serta saran. Turut dapat disebut dengan kemampuan menilai yang tepat atas kapabilitas individu serta pencapaian yang dimilikinya.

Lickona (2004) menuturkan bahwa kerendahan hati merupakan kebijaksanaan yang mendasar dari kehidupan moral secara menyeluruh. Kerendahan hati ialah satu dari sekian karakter sebagai dasar dan memiliki urgensi untuk dimunculkan pada keseharian individu dalam mengarungi kehidupannya. Kerendahan hati dibutuhkan guna terakui pada sisi kebajikan yang lain hal ini dikarenakan menjadikan seseorang sadar akan kekurangan yang ia miliki, memiliki keberanian dalam pengakuan atas kesalahan serta pertanggungjawaban terhadap apa yang telah dilakukan serta menjadikan seseorang melakukan usaha untuk menjadi individu yang lebih baik. Akan tetapi, tingkah laku yang menampilkan kerendahan hati memerlukan pembiasaan sedini mungkin.

Khalid (2013) mengatakan bahwa kerendahan hati memiliki dua makna, pertama penerimaan kebenaran yang munculnya dari siapapun, baik individu itu berada ataupun tidak berada, memiliki kedudukan ataupun tidak memiliki kedudukan, memiliki kekuasaan ataupun tidak memiliki kekuasaan, dari kolega sendiri maupun bukan koleganya. Kedua, kerendahan hati adalah dapat membina

hubungan antar individu dengan perilaku penuh kasih sayang serta perasaan yang lembut.

Dari beberapa pengertian diatas disimpulkan bahwa kerendahan hati merupakan salah satu kepribadian atau sifat yang melekat erat dalam diri individu yang mampu untuk memahami dan mengakui kesalahan maupun kekurangan diri sendiri serta dapat menerima kebenaran melalui siapa saja tanpa memandang status, memiliki sikap lemah lembut dan merendahkan diri dihadapan Allah SWT.

2. Aspek-aspek Kerendahan Hati

Elliot (2010) mengutarakan kerendahan hati mempunyai empat aspek, yaitu:

- a. *Openness*, yaitu keterbukaan diri akan hal-hal positif dengan tidak memperhitungkan dari mana dan oleh individu mana ia peroleh.
- b. *Self-forgetfulness*, yaitu pemahaman atas kurangnya kemampuan serta kelemahan yang dimiliki.
- c. *Modest self-assessment*, yaitu kemampuan menilai diri pribadi dengan apa adanya serta tidak menyuguhkan sesuatu yang berlebih, tidak arogan.
- d. *Focus on others*, yaitu perhatian yang diberikan kepada individu lain, melakukan pemahaman terhadap individu lain, mengerti akan perasaan individu lain dan melakukan penghargaan satu sama lain.

Keempat aspek kerendahan hati tersebut pada studi ini akan dipergunakan sebagai skala pengukuran. Skala kerendahan hati berdasarkan aspek *openness*, *self-forgetfulness*, *modest self-assessment*, *focus on other* dalam teori yang dikemukakan Elliot (2010).